

Técnica	Minuto
Agarre de braço pela frente e ataque de faca descendente 1ª solução com o agressor a ficar de frente;	4'07"
2ª solução com o agressor afastar o braço armado após a defesa 3ª solução com o agressor a cruzar o braço armado apoio a defesa	6'18"
Agarre do braço pela frente e ataque de faca ascendente 1º solução quando o braço armado do agressor se encontra em contacto com braço da defesa após o 1º tempo	11'48"
2º solução quando o braço armado do agressor se afasta mas ao alcance da pega 3º solução quando o braço armado do agressor saí da distancia do controlo por parte da vítima	14'43"
4ª solução quando o braço armado do agressor cruza à frente	18'28"
Agarre do braço pela frente com ataque de faca em estocada 1º solução com controlo do braço armado pelo exterior 2º solução com controlo do braço armado pelo interior	19'40"
Agarre do braço pela frente com ataque de faca de X-ACTO Agarre de braço pela frente com ataque de faca em X-ACTO cruzado	29'25"
Agarre de pescoço pela frente e ataque de faca ascendente ao abdómen * 1ª solução controlo do braço armado 2ª solução sem controlo do braço armado	35'31"
Agarre de braço pela lateral e ataque de faca descendente às costas Agarre de braço pela lateral e ataque de faca ascendente às costas	39'10"
Agarre do braço pela lateral e ataque de faca ascendente ao abdómen Agarre do braço pela lateral e ataque de faca descendente ao peito Agarre do braço pela lateral e ataque de faca em estocada ao pescoço	44'22"
Agarre de Roupa pelas costas com ataque de faca ascendente Agarre de roupa pelas costas com ataque de faca descendente	50'51"
Puxada do ombro pelas costas e ataque de faca ascendente Puxada do ombros pelas costas e ataque de faca descendente	55'05"
Agarre de roupa pela frente e ataque de faca ascendente Agarre de roupa pela frente e ataque de faca descendente	57'43"
Agarre de roupa pela frente e ataque de faca em estocada (pescoço ou abdómen Agarre de roupa pela lateral e ataque de faca ascendente às costas Agarre de roupa pela lateral e ataque de faca descendente às costas Agarre de roupa pela lateral provocando empurrão e ataque de faca descendente	1h 04'40"
Agarre de roupa pela lateral com ataque de faca ascendente ao abdómen Agarre de roupa pela lateral com ataque de faca descendente ao peito Agarre de roupa pela lateral com ataque de faca em estocada ao pescoço ou coração	1h 10'27"